

Pamet v roke,
kondom na glavo

Kaj je kemseks

Seks
zemljevid



ŠTEVILKA 09

Gonoreja

Hitro na pregled, da te ne zabodejo v penis!

2019. Zima. Dokaj sproščeno sem hodil po svetu, običajen dan, prav nič posebnega. Grem odtočit in me malo zapeče. "Čudno, ampak... bo že.", si mislim. In dan teče naprej. Bo minlo.

Drug dan še vedno malo peče. Nisem želel v bolnico, ker sem podobno situacijo doživel pred leti in se je telo samo pozdravilo.

Tretji dan se zbudim s čudnim izcedkom iz penisa. In uriniranje peče. A vstrajam.

Peti dan klonim tej neznani zadevi, ki konstantno teče iz mene in izredno peče, ko lulam. In grem v bolnico. Tam zagotavljam, da ne more biti SPO, saj sva s partnerjem monogamna in nisva bila intimna vsaj teden pred okužbo. Rečejo mi, naj dam vzorec urina. Jaz, ki ga uriniranje zdaj tako peče, da se dejansko boji it na stranišče. Okej, za zdravje bom potrpel. Boli, peče, a opravi.

Strokovno me pregledajo in rečejo, da je gonoreja. Najdejo kri v urinu in me pošljejo na SPO oddelek. In še vedno vstrajam, da ne more bit gonoreja. Ker je toliko izcedka, mi dajo gazo za v spodnjice.

Na SPO oddelek so izredno prijazne_i in me brez obtožujočih pogledov sprejmejo.

Za analizo vzorca je seveda potreben bris.

Zdaj vsem znana dolga palčka za jemanje vzorca. V moj razboleli, vnet in izcedka poln penis. Tudi pri zdravemu človeku je izkušnja neprijetna.

Ne glede na vir okužbe, gonoreja ni nič hudega, če se dovolj zgodaj odkrije in zdravi. Če si predolgo svojeglav_a, bo pa izredno neprijetno.

Verjame, da je bila sestra strokovna in nežna. A to je bila ena izmed najhujših bolečin v mojem življenju. Občutek je bil, kot, da bi me z nožem zabodla v penis. Od bolečine telo ni moglo biti pri miru. Zatuhli sem in jo rotli, naj bo bolj počasna. Opravičujoč sem se ji zjokal. A nato stisnil zobe. Nadaljevala je še počasneje. Še vedno grozno, a manj. Opravimo še oralni in analni bris, brez problema. Pozitivno na gonorejo. Nato sem dal še kri za test ostalih SPO-jev. Vse drugo negativno.

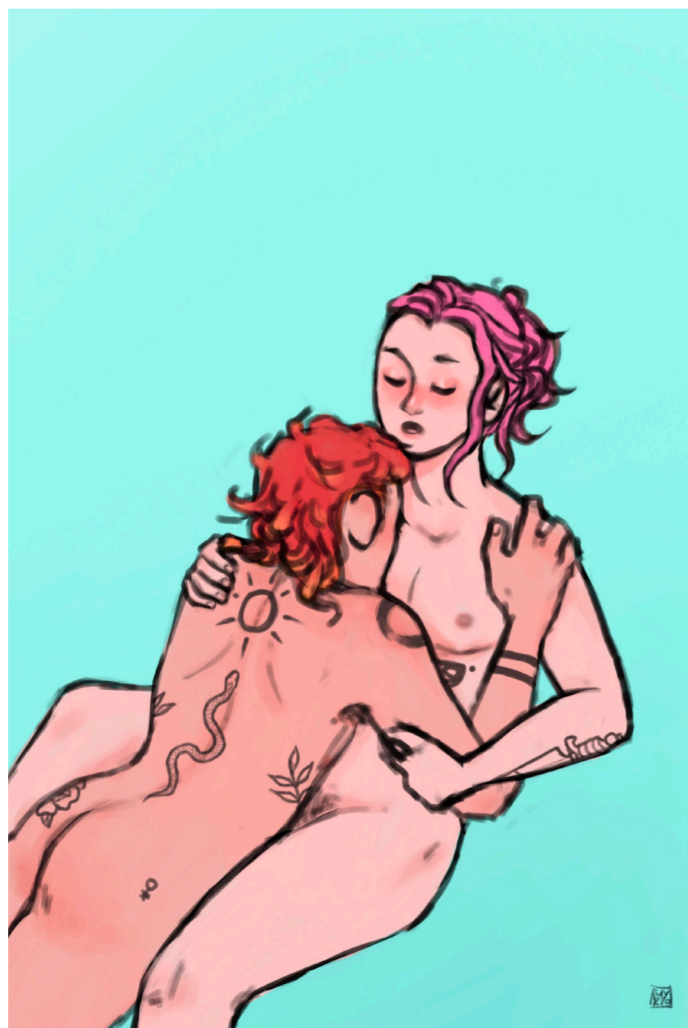
Dobim recept za dve antibiotik tableti in injekcijo v zadnjo plat. Okrog vboda je malo bolelo, je pa še isti dan bilo mnogo manj nevdržno odtočit. Čez dva dni pa vse v redu.

Tudi oseba zdravnica mi ni verjela, da nisem spolno občeval, tako, da razumem, če tudi ti, bralka_ec, dvomis.

Res ne vem, kako sem staknil to gonorejo brez seksa. Navsezadnje sploh ni važno. Bolj pomembno je, da sem se naučil iti nemudoma k zdravnici. Ne glede na vir okužbe, gonoreja ni nič hudega, če se dovolj zgodaj odkrije in zdravi. Če si predolgo svojeglav_a, bo pa izredno neprijetno.

Če je v moji gonorejski zgodbi kaka lekcija, je ta: če te peče, ko lulaš, pojdi na pregled! Preden te zabodejo v penis.

- Anon Irena



- avtor_ica ilustracije Myrto Ch

Kemseks

Kaj je kemseks?

Osnovna definicija označuje kemseks za seks pod vplivom psihoaktivnih snovi, alkohola. Lahko je to pred, med ali po seksu. Predvsem je pristono med MSM populacijo (moški, ki seksajo z moškimi), kjer imamo še dodatne specifične, ki vplivajo na kemseks praktiranje.

Najpogosteje se za kemseks uporablja GHB droga (največkrat uporabljena droga pri spolnih napadih, posilstvu), ki je stimulaturna droga in poveča občutek spolnega vznurjenja. Kljub temu so prisotna tudi negativna tveganja kot so povečano tveganje za prenos HIVa in drugih SPO, saj pod vplivom drog oseba hitreje opusti uporabo kondoma. Droge tudi omogočajo daljše spolne odnose kar vpliva na nevarnost poškodbe tkiv, odrgnin.

Varen kemseks ja/ne?

Ljudje imajo različne motive zakaj prakticirajo kemseks, zato je pomembno kaj je tvoj glavni motiv za uporabo. Obstaja zelo tanka meja med uporabo drog za užitek ali pa zlorabo drog za reševanje stisk, da pozabiš na svoje težave, saj lahko zelo hitro pride do odvisnosti. Odvisnost pa lahko privede do pojava, da ima oseba težko spolne odnose brez drog.

Varna uporaba drog in kemseksa ni, lahko je samo manj tvegana. Glavni cilj ozaveščenja o kemseksu pri DrogArtu je to, da osebam nudimo informacije, kako manj tvegano uporabljat droge. Kdorkoli ima kako težavo zaradi drog, prakticiranja kemseksa, se lahko obrne na našo svetovalnico, ki je anonimna in brezplačna.

Obstaja zelo tanka meja med uporabo drog za užitek ali pa zlorabo drog za reševanje stisk, da pozabiš na svoje težave, saj lahko zelo hitro pride do odvisnosti.

Kako lahko komu pomagamo?

Zasvojenost je res hud problem in pogosto se je osebe, ki so zasvojene ne zavedajo, da so zasvojene Pomembno je, da imajo te osebe širok krog oseb, prijateljic_ev, družine, na katere se lahko zanesejo. Glavna točka je komunikacija, da daš osebi vedet, da ti lahko zaupa o svojih težavah in da se lahko pogovarjaš o vikend prigodah s kemseksom.

Je pa določena meja do katere lahko pomagaš in kdaj oseba rabi strokovno pomoč, kdaj je bolje da napotiš osebo do spletnih stani kot so spolnopenosljiveokuzbe.si in organizacij kot so DrogArt.

Zakaj je kemseks v MSM populaciji najbolj popularen?

Zelo veliko dejavnikov vpliva na to, eden glavnih je to, da je cela LGBTIAQ+ skupnost tarča diskriminacije, pontranjenje homofobije, ki na nekatere vpliva bolj, na druge manj. Z uporabo drog osebe lažje pozabijo na diskriminacijo. Druga stvar pa je vpliv geosocialnih aplikacij, kot je grindr, kjer je prisotnega več eksperimentiranja. Med razlogi za uporabo drog pri MSM populaciji so različni. Lahko so to težave s samopodobo ali nesamozavestno.

Zelo pomembno pri seksu pod vplivom drog je konsenz, saj velikokrat pride do tega, da pri seksu ni bil podan konsenz in ker se o tem ne govori, imajo tudi žrtve težave da o tem spregovorijo. To je problem že na splošno pri treznem seksu, kaj šele pod vplivom drog, ko je zamegljena situacija in se ne spomniš vsega (blackout). Tu bi poudaril, da tudi če se oseba odloči da bo seksala pod vplivom drog ampak se med seksom več ne počuti dobro, saj so učinki lahko tudi negativni (slabost, težave z dihanjem...), ima oseba kadarkoli pravico reči ne in pomembo je, da to tudi spoštujemo.

Zelo pomembno pri seksu pod vplivom drog je konsenz, saj velikokrat pride do tega, da pri seksu ni bil podan konsenz in ker se o tem ne govori, imajo tudi žrtve težave da o tem spregovorijo.

Rizičnost kemseks praks

Več različnih praks obstaja pri kemseksu. Lahko je to seks s svojo_im partnerko_jem za popestritev, lahko pa so tudi skupinski seks, kjer je lahko prisotnih med 3 do 30 oseb in lahko traja en dan ali cel vikend. Ta oblika kemseksa je bolj rizična v primerjavi s svojim partnerjem, saj se lažje pogovoriš o mejah. V skupini pa je problem, ker ni komunikacije in definitivno je boljše, če je ena oseba trezna, ampak realno nihče ne bo.

Smernice za manj tveganja so pa lahko to, da probaš konzumirat čim manj drog ali samo eno vrsto saj je mešanje drog zelo nevarno. Fajn je tudi, da oseba, ki organizira kemseks parti, ima seznam, kaj so osebe vzele, kdaj in koliko, fajn je tudi da so droge testirane pred dogodkom, da poskrbiš za zaščito (kondomi, lubrikanti), če pa ne gre pa je fajn, da se osebe redno testirajo ali pa vzamejo PREP ali PEP zdravila, ki te zaščitijo pred HIV okužbami (PREP je tudi na voljo brezplačno).

Predoziranje je tudi eden izmed tveganj zato je natančno in časovno odmerjena količina zaužitja pomembna.

Viri

All For Rainbow podcast, epizoda 22, O kemseksu z DrogArtom

Publikacija Kemseks - seks, droge in tveganja, DIC Legebitra, projekt Odziv na hiv

Ker pridem, samo ko ti prideš,
in pride mi samo, ko/če ne odideš

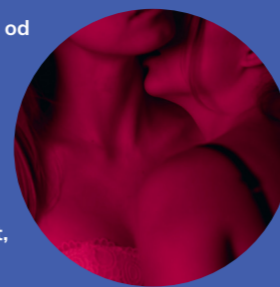
nežno bi ti šepetala v uho in

z jezikom brisala tvoje solze, ki stečejo od

prstov na roki proti tlo,

ko bi ta vsa mokra zapustila

tvoje naročje.



to je svarilo, ker sem neutruđen pianist,

ko te igram s prsti in končam šele,

ko ti pride v intervalih.

povej mi, da si, preden

zlo s prsti iz tebe izsilim sama,

v slapovih, ker je v vsakemu angelu

tudi malo hudiča in v tvojem naročju

bo tudi malo mene.

hočem, da prideš, da mi pride,

in hočem, da ko prideš in ti pride,

ne odideš, ker pridem samo,

ko ti prideš, in pride mi samo,

ko ne odideš.

iz mojih misli.

- Ana Resnik



Fuk poezija

Pofukaj me

kot enega svojih

francoskih fantov

od spodaj navzgor

izmenjajoč tekočine,

globoka samota

me le tako mine

Z mokrimi ustnicami

zapri moje pore

dokaži mi, da tu in zdaj

je to telo tvoje

z ostrim jezikom

mi uniči ugled

zlij svoje seme

v luknjno besed

potisni svojo dušo vame

dovoli za sekundo

da bitje mojega srca

se s tvojim ujame

- Lan Aidan



Pamet v roke, kondom na glavo!

Pamet v roke, kondom na glavo! je program Društva DIH, ki obsega HIV/aids in SPO (spolno prenosljive okužbe) preventivo med MSM (moški, ki imajo spolne odnose z moškimi) v Sloveniji, še posebej na območju Ljubljane. Dosegamo pa tudi širšo populacijo, ne le skupine MSM, saj program predvideva izdajo zložen in letakov z informacijami o HIV/aids preventivi in zdravi spolnosti. Čeprav je program ciljno usmerjen na pripadnike skupine MSM, saj je med njimi največ okuženih ter največja verjetnosti nove okužbe s HIV in drugimi SPO. Program financirata Ministrstvo za zdravje in Mesta občina Ljubljana.



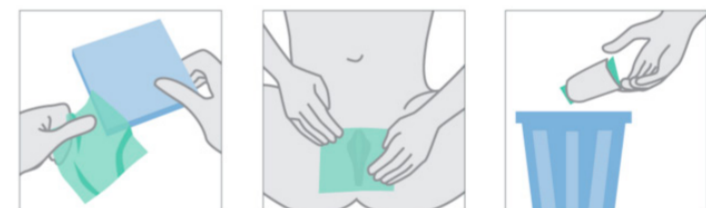
Kaj je dental dam?

Zajeten delež DIHovega delovanja je varna spolnost. Velikokrat poudarjamo paketke kondomov in lubrikantov, ki so vedno dostopni v naši pisarni (pridi in vzemi, kolikor rabiš).

V številki o spolnosti obelodanjamo prevečkrat spregledano zaščito pred SPO-ji. Po angleško dental dams, oziroma v slovenščini oralne ovire so v družbi poznane bolj kot "ženski kondomi". Uporabljajo jih lahko osebe vseh spolov, zato v tem članku ne bodo tako imenovane.

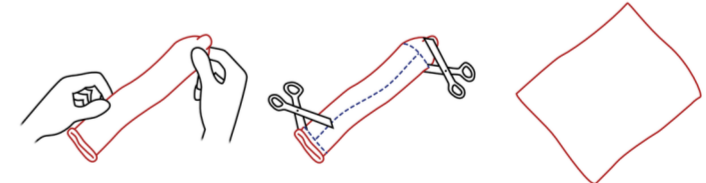
Oralna ovira je pripomoček, ki ščiti partnerki_ja med oralnim zadovoljevanjem vulve ali anusa. Je tanek pravokotni kos silikona ali lateksa, ki ga položiš na vulvo ali anus pred odnosom. Tako fizično preprečuje stik med usti in genitalijami. Oralna ovira ni kontracepcijsko sredstvo, preprečuje pa širitev spolno prenosljivih bolezni. V svetu so bistveno manj razširjene od kondomov, so pa dostopne v nekaterih lekarnah in erotičnih trgovinah.

Uporabiš jo tako, da jo najprej previdno odstraniš iz paketka in jo razgrniš. Nato jo položiš preko svoje ali partnerkine_jeve vulve oz. anusa. Med oralnim seksom jo drži pri miru. Da se bo manj premikala, dodaj malo lubrikanta med oralno oviro in vulvo oz. anus. Če se strga ali zdrsne stran, jo nemudoma zamenjaj z novo. Na koncu zadovoljevanja jo zavrti.



uporaba oralne ovire

Ljudje se pogosto poslužujejo izdelovanja svojih oralnih ovir. Preprosto je jo mogoče izdelati iz kondoma. Previdno ga odstraniš iz paketka in ga razvijš. Vrhnji del odrežeš s škarjami in ga po dolžini prerežeš. Tako imaš pravokotnik, ki ga lahko uporabiš v dobri družbi.



izdelava oralne ovire iz kondoma

Oralna ovira ščiti pred sifilisom, gonorejo, klamidijo, hepatitisom in HIVom. Ne ščiti te pred Human papulomavirusom (HPV), herpesom ali pred srannimi ušmi.

Zanimivo se mi zdi, da je leta 2008 v Dnevniku izšel članek o varni spolnosti lezbijk, a smo še zdaj na mestu, ko so oralne ovire težko dostopne in se o tej vrsti varne spolnosti praktično ne govori. Po pričevanju ljudi, ki gledajo lezbijčne pornografske vsebine, uporabe oralne ovire še niso videli. To je velik pokazatelj, kako neresno jemljemo spolno zdravje. Več kvir organizacij promovira varno spolnost, a tudi pri teh je poudarek na kondomih. Na DIHu se zavezujemo k temu, da bo več vsebine za varno spolnost tudi o oralnih ovirah.

Vse_i vemo, da lizanje lateksa ne bo nikoli tako zabavno kot igranje s telesom. A vendar ... Če se igraš odrasle igre z neznamkami_ci, se je potrebno tudi odraslo zaščititi. Pa veselo uporabo želim!

Vire si lahko ogledate v spletni verziji članka.

- Gašper Žerjal

SLOVARČEK ASEKSUALNOSTI

Se ti zdi, da je tvoje občutenje spolne privlačnosti drugačno od večine?

Oseba na A-spektu / A-spec

Oseba, ki se identificira na aseksualnem / aromantičnem spektru.

Aroas / Aroace

Oseba, ki je aseksualna in aromantična.

Aseksualka_ec (As) / Asexual (Ace)

Oseba, ki ne doživlja ali doživlja nizko spolno privlačnost do oseb kateregakoli spola.

Aromantična oseba / Aromatic (Aro)

Oseba, ki ne doživlja ali doživlja nizko romantično privlačnost do oseb kateregakoli spola.

Demí (Demiseksualna / Demioromantična oseba) / Demí (Demisexual / Demioromantic)

Oseba, ki ne doživlja spolne/romantične privlačnosti dokler ne ustvari globoke čustvene povezave z osebo. To ni enako kot zavesten odpor do vključevanja v romantične ali spolne aktivnosti, razen če osebe ne ljubiš, kar je povezano z družbenim vedenjem in ne s prirojeno privlačnostjo.

Siva oseba (sivospolna / sivoromantična oseba) / Gray (Graysexual, Gray-A / Grayromantic)

Oseba, ki se počuti, da spada nekje na a-spekter. Občasno doživlja spolno/romantično privlačnost brez opaznega vzorca in lahko doživlja ali prevprašujejo svojo nizko romantično ali spolno slo.

Aegospolna oseba / Aegosexual

Oseba, ki nima želje po vključevanju v spolne aktivnosti, vendar lahko občasno doživlja spolne fantazije, kljub občutku nepovezanosti med osebo in spolnim objektom, ki jo_ga vznurja.

Alospolna oseba / Allosexual (Allo)

Oseba, ki redno doživlja spolno in romantično privlačnost do drugih oseb. Izraz je ustvarila skupnost a-spektra z namenom opisati osebe, ki niso del a-spektra (podobno kot obstajata izraza cis vs. trans).

Usmerjenost

Spolna: trajen vzorec spolne privlačnosti

Romantična: trajen vzorec romantične privlačnosti

Navzkrižna (mešana): Pojavi se kadar se spolna usmerjenost razlikuje od romantične usmerjenosti osebe.

Privlačnost

----- Spolna -----

Privlačnost, ki jo oseba čuti, kadar si želi spolnega stika ali izkazuje željo po spolnem zanimanju do druge osebe (oseb).

----- Estetska -----

Pojavi se, kadar oseba ceni izgled ali lepoto druge osebe (oseb) in je nepovezano s spolno ali romantično privlačnostjo.

----- Čustvena -----

Želja po spoznavanju nekoga, ki je pogosto posledica njene_gove osebnosti in ne telesnosti. (Lahko je prisotna v platonskih prijateljstvih, romantičnih in spolnih odnosih.)

----- Romantična -----

Privlačnost, ki jo oseba čuti, kadar si želi romantičnega stika ali interakcije z drugo osebo (osebami).

----- Čutna -----

Želja po interakciji z drugimi na taktilen, neseksualen način, na primer z objemanjem ali crkljanjem.

----- Intelektualna ----

Želja po intelektualnem sodelovanju z drugim, prijetni pogovori in "prebiranje njihovih možganov". Gre bolj za to, kaj ali kako oseba misli, namesto za osebo samo.

Libido

Vzburjanje
Biti "za akcijo"; umu in lahko povzročijo vznurjenje ali fiziološki, genitalni odziv na spolne dražljaje, kot sta erekcija ali vlačjenje.

Celibat
Neudeležba v spolni dejavnosti (pogosto posebej v partnerstvu) iz kakršnega koli razloga.

Kvirplatonski odnos

Tesen odnos, ki se ne ujema s tradicionalnimi mejami romantičnega ali spolnega odnosa, vendar ni isto kot prijateljstvo.

Črni prstan

Tesen odnos, ki se ne ujema s tradicionalnimi mejami romantičnega ali spolnega odnosa, vendar ni isto kot prijateljstvo.

Želiš izvedeti več? Pridite na naše dogodke As Čas na Društvu DIH.

Časopis je nastal v okviru projekta Povsod smo - s prostovoljstvom do večjega dosega LGBTQIA+ mladih.

Projekt je podprl MOVIT, Zavod za razvoj mobilnosti mladih.

Urednik: Lan Aidan Remec

Na naslovnici: Fotografija brez avtorskih pravic

Grafično oblikovanje: Asija Guseva, Ela Kranjc

Založnik: Društvo DIH

Kvir papir, deveta številka

tisk: BIROGRAFIKA BORI d.o.o.

Naklada: 200.



Časopis je brezplačen.

Ljubljana, 2022.

info@dih.si

Povsod smo

1. Besede

Zame uporabljaj zanimke: _____ Kličeš me lahko: _____
Za moje spolne organe lahko uporabljaš besede: _____
Ne kliči me: _____
Mojih spolnih organov ne nazivaj kot: _____

- Ko bom hotel_a, da se ustaviš bom (verjetno) rekla_el: _____
- Ko bom hotel_a, da nadaljuješ bom (verjetno) rekla_el: _____
- Ko nisem prepričan_a, da mi nekaj prija, bom rekla_el: _____
- Ko bom hotel_a, da preveriš, kako sem, bom (verjetno) rekla_el: _____
- Ko bom hotel_a preveriti, kako si, bom (verjetno) rekla_el: _____
- Med seksom ne želim slišati/reči/govoriti o: _____
- Najin neverbalni znak, ki pomeni "stop" je: _____
- Najina varna beseda je: _____

4. Želje in potrebe

- Da Ne**
- Bojim se, da ne bom zadovoljili_a partnerja_ke.
 - Težko dosežem orgazem.
 - Všeč mi je nežnost pri seksu.
 - Všeč mi je grobost pri seksu.
 - Med seksom včasih/pogosto potrebujem pavzo.
 - To, da doživim orgazem pri seksu, mi je izredno pomembno.
 - Med seksom se rad_a poljubljam.
 - Med seksom preveč razmišljam o tem, kako izgledam nag_a.
 - Med seksom preveč razmišljam o tem, kako zvenim.
 - Po seksu imam potrebo po nespolnem dotiku. (npr. objemanje, crkjanje)
 - Med seksom preveč razmišljam, ali drugi osebi ugaja, kar počnem ali počneva.
 - Med seksom včasih/pogosto ignoriram svoje želje, da ustrezem partnerju_ki.
 - Med seksom preveč razmišljam o tem, kako izgledajo moji spolni organi.
 - To, da partner_ka doživi orgazem pri seksu, mi je izredno pomembno.
 - Med seksom včasih/pogosto ignoriram svoje potrebe, da ustrezem partnerju_ki.

Igra vlog (role play)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pošiljanje umazanih sporočil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seks preko telefonskega klica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seks preko videokamere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Umazani pogovori v živo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Opazovanje drugih (voyeurism)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skupno gledanje pornografije	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Obročki za penis (cock rings)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasja/konjska igra (pup/horse play)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kosmatinčki (furry play)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Spolni partnerke_ji

Da Ne "Pomembno mi je, da..."

- ... osebo, s katero se spušчам v spolni odnos, že dajl časa poznam.
- ... sem v zvezi z osebo, s katero se spušчам v spolni odnos.
- ... da sem poročen_a z osebo, s katero se spušчам v spolni odnos.
- ... se povežem in zaupam osebi, s katero imam spolni odnos.
- ... se počutim ljubljen s strani osebe, s katero imam spolni odnos.
- ... poznam spolno zdravje osebe, s katero imam spolni odnos.

3. Seznam spolnih aktovnosti

Seks na prostem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Usnje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seks v javnosti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Trojček	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eksihibicionizem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Obisk seks kluba	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semafor je oblika določanja, koliko nam je kaj všeč.

- To ti je všeč.
- Na meji med prijetnim in neprijetnim ali pa nisi prepričan_a.
- Prekoraci tvojo mejo.

5. Kaj me vznurja?

Oblačila in dodatki na meni, ki me vznurjajo: _____
Oblačila in dodatki na drugih, ki me vznurjajo: _____
Besede, ki me vznurjajo, če jih slišim: _____
Besede, ki me vznurjajo, če jih rečem: _____
Deli telesa, ki me vznurjajo: _____
Vonji, ki me vznurjajo: _____
Okusi, ki me vznurjajo: _____
Občutki (tip), ki me vznurjajo: _____
Scenariji, ki me vznurjajo: _____

6. Čustva

Da Ne (če še nimaš izkušenj s spolnim odnosom, označi, kaj misliš, da bi bilo pri tebi mogoče.)

- Med seksom včasih/pogosto čutim jezo.
- Med seksom včasih/pogosto čutim žalost.
- Med seksom včasih/pogosto čutim sram.
- Med seksom včasih/pogosto čutim gnus.
- Med seksom včasih/pogosto čutim strah.
- Med seksom se včasih/pogosto počutim zmeden_a.
- Med seksom se včasih/pogosto počutim nesamozavesten_a.
- Med seksom se včasih/pogosto počutim preobremenjen_a s čustvi.
- Možno je, da bom med seksom začel_a podživljati negativno ali travmatično izkušnjo.
- Med seksom mi gre včasih/pogosto na jok.
- Med seksom mi gre včasih/pogosto na smeh.

Katera druga nepričakovana čustva še včasih/pogosto čutim med seksom: _____